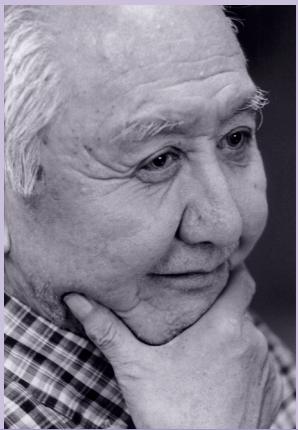


Выбираем уход в семейном доме для престарелых и инвалидов или пансионате

Вы ищите долгосрочный уход для себя или другого человека? В этой брошюре содержится информация о том, как найти и выбрать семейный дом для престарелых и инвалидов или пансионат.



AGING AND DISABILITY SERVICES ADMINISTRATION

Вы ищите уход для себя или другого человека? Существует много различных моментов, о которых вы и ваши близкие должны поговорить и которые вы должны обсудить, а также разные доступные услуги и условия, которые покажутся вам незнакомыми. Эта брошюра предлагает несколько шагов, которые вам нужно предпринять, и некоторые вопросы, которые следует задать, чтобы **иметь возможность получить информацию, необходимую вам для того, чтобы определить, будет ли для вас правильным выбор семейного дома для престарелых и инвалидов или пансионата.**



Сегодня все больше и больше людей, которым необходим дополнительный уход, изучают возможность переезда в семейный дом для престарелых и инвалидов или пансионат. Многим такие альтернативы ухода в домах для престарелых и инвалидов дают уверенность в том, что уход, в котором они нуждаются, является доступным. В этой брошюре описаны шесть шагов, которые помогут вам получить информацию, необходимую для того, чтобы решить, будет ли для вас правильным выбор семейного дома для престарелых и инвалидов или пансионата.

Шесть шагов для принятия решений о долгосрочном уходе:

Шаг 1:

Поговорите о переменах в жизни

Шаг 2:

Пересмотрите потребности

Шаг 3:

Найдите необходимую вам информацию

Шаг 4:

Найдите список семейных домов для престарелых и инвалидов и пансионатов

Шаг 5:

Организуйте посещения

Шаг 6:

Примите решение

Шаг 1: Поговорите о переменах в жизни

Первым шагом в принятии решений о долгосрочном уходе для всех людей, кого это коснулось, является преодоление своего нежелания говорить об этом. Многие откладывают этот разговор из-за того, что они чувствуют себя неудобно или не знают, как завести этот разговор. Человек, которому нужен дополнительный уход, может неохотно признавать, что его потребности изменяются. Члены семьи могут иметь различные точки зрения в отношении того, как быть дальше. Близких людей, имеющих к этому отношение, могут отделять друг от друга сотни километров.

Но если возникнет критическая ситуация, уже не будет иметь значения, из-за каких обстоятельств, опасений или дискомфорта все окажутся неподготовленными. Начните говорить об этом прежде, чем непредвиденный кризис научит вас всему тому, о чем вам хотелось бы знать заранее.

Советы о том, как поговорить о переменах в жизни

- Планируйте разговор на такое время, чтобы он проходил в спокойной обстановке, когда все будут к нему готовы.
- Мнение человека, нуждающегося в дополнительном уходе, должно быть главным при определении того, что необходимо и как это будет реализовано.
- Давайте возможность каждому высказаться, чтобы его не перебивали и не критиковали.
- Поймите, что чувства являются важной частью такого обсуждения. Будьте терпеливы, ведь может потребоваться какое-то время, чтобы поднять определенные вопросы.
- Помните, что, как правило, нужен не один разговор, чтобы наметить необходимые действия. Много мелких шагов лучше одного большого шага, который может привести к тому, что все будут расстроены и еще больше запутаны.
- Давайте каждому время на обдумывание информации. Помогая близкому человеку, помните, что вы даете рекомендации, а не принимаете решения.

Шаг 2: Пересмотрите потребности

Тщательно продумайте, какой уход и помощь необходимы вам (или близкому вам человеку). Составьте список медицинских, физиологических и социальных потребностей.

Последнее слово в выборе учреждения должно быть за человеком, который будет жить в семейном доме для престарелых и инвалидов или пансионате; желания и предпочтения этого человека являются важнейшей частью данного процесса.

Например:

- Нужна ли помошь в стирке белья и приготовлении пищи?
- Нужна ли помошь для сопровождения в ванную или при одевании?
- Необходимы ли регулярные напоминания о приеме лекарств?

Шаг 3: Найдите необходимую вам информацию

Во многих случаях сбор начальной информации начинается с телефонных звонков. Существует столько доступных возможностей, что может быть трудно решить, с чего начать. Полезно знать, что на это всем требуется время. Поэтому планируйте все соответствующим образом.

Куда обращаться?

Люди, которые могут иметь право на помощь, финансируемую штатом, должны обратиться в местное Отделение по оказанию услуг на дому и по месту жительства (Home and Community Services - HCS). Представитель HCS придет к вам домой и поможет определить, какие меры по дополнительному личному уходу необходимы, и оценить индивидуальные предпочтения в отношении такого ухода. Когда будет сделана начальная оценка, сотрудники HCS также помогут определить и получить услуги, необходимые для поддержания наиболее независимого образа жизни, насколько это возможно. Такое содействие третьей нейтральной стороны, которое поможет разобраться во всем этом, будет очень кстати.

Позвоните в свое районное отделение HCS (см. на обложке), чтобы узнать номер телефона своего местного отделения HCS.

Если в данный момент нет необходимости в помощи штата, обратитесь в местное Отделение региональной организации по делам престарелых (Area Agency on Aging - AAA). Чтобы найти номер телефона организации AAA и другие источники помощи для пожилых людей, воспользуйтесь «желтыми страницами» телефонного справочника, обратитесь к разделу «Услуги для пожилых граждан» («Senior Citizens Services») или разделу «Помощь для инвалидов» («Disabled Person's Assistance»).

Информацию о других ресурсах можно найти в «синем разделе» телефонного справочника «Страницы правительства штата Вашингтон» (State of Washington Government Pages). Поищите списки, которые могут быть вам полезны, в разделе «Департамент социального обеспечения и здравоохранения» (Department of Social and Health Services).

Другие полезные ресурсы

Для людей старше 60 лет другим превосходным ресурсом является служба информации и помощи пожилым людям (Senior Information and Assistance - I&A). Эта служба может предоставить информацию об услугах для пожилых людей в вашем районе. Сотрудники службы I&A могут помочь в таких вопросах, как, например, информация о стоимости услуг, о том, куда обращаться, как заполнять формы и как узнать о льготах, которые вы, вероятно, можете получить. Чтобы найти ближайшее отделение, загляните в раздел «Услуги для пожилых граждан» ("Senior Citizens Services") желтых страниц вашего телефонного справочника или посетите веб-сайт, расположенный по адресу www.adsa.dshs.wa.gov/resources/clickmap.htm. При обращении по телефону спрашивайте о том, какие другие услуги или помощь вам может быть оказана.

Некоторые определения...

Семейные дома для престарелых и инвалидов (Adult Family Homes) - это дома для проживания престарелых и инвалидов, имеющие лицензию на предоставление услуг по уходу за проживающими в них людьми, число которых может быть от двух до шести. Они предоставляют комнату, питание, обеспечивают стирку белья, необходимое наблюдение, помошь в повседневном быту, личный уход и социальные услуги. Некоторые предоставляют уход медсестер или могут специализироваться в оказании услуг людям, имеющим проблемы с психическим здоровьем, инвалидность вследствие пороков развития, или страдающим слабоумием.

Пансионаты (Boarding Homes) - это учреждения, которые находятся в вашем районе и имеют лицензию на предоставление услуг по уходу за семью и более людьми. Пансионаты предоставляют жилье, помошь в повседневном быту и берут на себя общую ответственность за безопасность и здоровье проживающих в них лиц.

Не пожалейте времени и узнайте о различных услугах от людей, которые их получили.

Некоторые пансионаты предлагают ограниченные услуги по уходу медсестер, другие могут специализироваться в оказании услуг людям, имеющим проблемы с психическим здоровьем, инвалидность вследствие пороков развития или страдающим слабоумием.

Пансионаты, с которыми заключаются договоры на предоставление услуг по уходу за клиентами, пребывание которых финансируется штатом, предлагают один или несколько видов из указанных ниже услуг:

■ **Помощь в повседневной жизни**

- Отдельные комнаты, при этом особое внимание уделяется частной жизни, независимости и личному выбору
- Ограниченные услуги по уходу сиделок и медсестер
- Помощь с приемом лекарств и личный уход

■ **Уход за престарелыми и инвалидами с проживанием (Adult Residential Care, ARC)**

- Помощь с приемом лекарств и личный уход
- Проживающие могут нуждаться в ограниченном наблюдении (или получать его)

■ **Расширенные услуги по уходу за престарелыми и инвалидами с проживанием (Enhanced Adult Residential Care, EARC)**

- Те же услуги, что и услуги по уходу за престарелыми и инвалидами с проживанием (ARC)
- Проживание в одной комнате не более двух человек
- Должны предоставляться ограниченные услуги по уходу сиделок и медсестер



Шаг 4: Найдите список семейных домов для престарелых и инвалидов и пансионатов

В штате Вашингтон множество различных семейных домов для престарелых и инвалидов и пансионатов. Для того чтобы начать поиск учреждения, которое подходит вам (или близкому вам человеку), выберите географический район, который вы предпочитаете, и найдите список таких учреждений в этом районе. Существует много способов, позволяющих получить этот список.

Интернет

На веб-сайте Администрации по обслуживанию пожилых и нетрудоспособных лиц штата Вашингтон имеются превосходные ресурсы для поиска семейных домов для престарелых и инвалидов и пансионатов в вашем районе. Если вы имеете доступ к компьютеру, посетите веб-сайт по адресу www.adsa.dshs.wa.gov. Вы тут же можете получить список всех семейных домов для престарелых и инвалидов и пансионатов, отсортированных по почтовому индексу или округу штата Вашингтон.

В списке указаны номера телефонов и адреса учреждений в запрашиваемом районе. Кроме того, указывается, какой договор (если такой имеется) заключен между учреждением и штатом для предоставления услуг по уходу за лицами, пребывание которых в учреждении финансируется штатом. Обратитесь к стр. 5, где даны полезные определения терминов, используемых для каждого типа договора, который может заключаться с учреждением.

Если у вас дома нет компьютера, узнайте, имеет ли его ваша местная библиотека. Кроме того, этот поиск может быть выполнен любым человеком (даже если он живет в другом штате), если он имеет доступ к Интернету. Дайте человеку, выполняющему поиск, адрес веб-сайта, указанный выше, и сообщите о географическом районе штата Вашингтон, информацию по которому вы желаете получить.

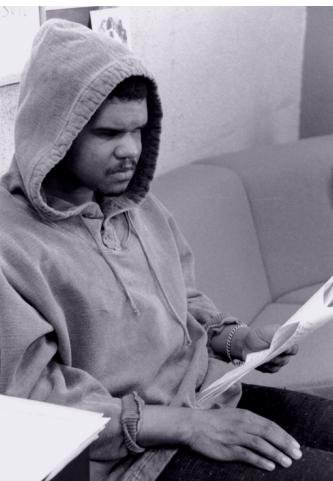
Списки и информация о размещении, высылаемая по факсу

Если у вас есть доступ к факсу, позвоните по телефону 1-800-372-0186. После нескольких телефонных подсказок вас попросят выбрать желаемый тип списков учреждений. Вы можете получить списки пансионатов, семейных домов для престарелых и инвалидов и домов престарелых, соответствующие любому почтовому индексу или округу штата Вашингтон. Кроме того, вы можете выбрать списки семейных домов для престарелых и инвалидов, где основным языком общения является не английский, а другой язык, или где есть определенные особенности, например, возможность подъезда на инвалидных креслах-колясках. Затем вы получите факс с указанием всех учреждений, соответствующих вашим критериям.

Местные отделения организаций HCS и AAA также могут предоставить списки имеющихся семейных домов для престарелых и инвалидов и пансионатов по своему району.

Шаг 5: Организуйте посещения

Когда вы получите список подходящих вам учреждений, вы (или тот, кого вы попросите) должны посетить учреждения, соответствующие вашим потребностям. Этот момент очень важен. ПОСЕТИТЕ как можно больше рассматриваемых вами учреждений в разное время дня. Хотя может оказаться, что организация этих посещений потребует времени, в долгосрочной перспективе стоит потратить время, чтобы принять наиболее правильное решение. Посещение различных учреждений помогает сравнить предлагаемые варианты и получить достаточное представление о том, какие услуги предоставляются.



Узнавайте о репутации каждого посещаемого вами учреждения. Вот несколько возможностей, которые помогут вам в этом.

- Попросите представителя посещаемого вами учреждения:
 - показать вам последний **отчет инспекции штата** (state inspection report). Этот отчет поможет вам вникнуть в суть возможных проблем, которые могут существовать в учреждении. Кроме того, он может помочь обратить внимание на положительные моменты, которые важны для вас.
 - предоставить вам экземпляр **соглашения о приеме в учреждение** (admission agreement). Соглашение о приеме в учреждение необходимо для того, чтобы определить, какие услуги предоставляются, а какие не предоставляются в учреждении. Оно даст вам четкое представление о том, что учреждение предлагает, а что нет. Возьмите копию себе домой, чтобы внимательно прочитать соглашение.
 - предоставить информацию или номера телефонов, чтобы связаться с людьми, проживавшими в учреждении ранее, или с их родственниками.
- Узнайте, подавались ли в прошлом жалобы в отношении учреждения, позвоните региональному менеджеру Департамента социального обеспечения и здравоохранения (DSHS Field Manager) по вашему району. Региональные менеджеры отвечают за проведение инспекций и лицензирование этих учреждений. Чтобы узнать имя и телефон регионального менеджера по вашему географическому району, позвоните в справочную службу Администрации по обслуживанию пожилых и нетрудоспособных лиц (ADSA) по телефону 1-800-422-3263.
- Обратитесь в местную Программу омбудсменов по долгосрочному уходу (Long-Term Care Ombudsman Program).

Представители программы омбудсменов по долгосрочному уходу - это защитники прав людей, проживающих в учреждениях для престарелых и инвалидов. Они работают для того, чтобы решать проблемы отдельных людей, проживающих в этих учреждениях, и обеспечивают проведение необходимых изменений на местном уровне, уровне штата или федеральном уровне для того, чтобы повысить качество обслуживания. Они могут быть прекрасным источником информации. Чтобы найти ближайшее отделение, позвоните по бесплатному телефону программы 1-800-562-6028.

Шаг 6: *Примите решение*

Следующий контрольный список содержит вопросы, ответы на которые помогут вам получить информацию, необходимую для принятия решения. Не стесняйтесь и задавайте столько вопросов, сколько нужно для того, чтобы сделать правильный выбор. Хотя здесь приведено много вопросов, самое важное, о чём вы должны себя спросить: «Отвечает ли **моим** потребностям этот семейный дом для престарелых и инвалидов или пансионат?»



Администрация, стоимость и финансы

- Каковы основные расценки (было бы хорошо, если бы вы получили эту информацию в письменной форме)?
 - Оплата каких услуг включена в эти расценки?
 - Взимается ли дополнительная плата сверх этих расценок?
 - Каковы условия оплаты?
 - Каковы условия возврата денежных средств, если человек покидает учреждение раньше, чем месяц подойдет к концу?
 - Каковы условия увеличения расценок?
- Как долго работает данная администрация?
- Каковы правила принятия участников программы Medicaid или условия при последующем переводе в программу Medicaid?

Окружающая обстановка

- Когда вы приехали в учреждение, вам понравилось его расположение и внешний вид?
- Проживающие здесь люди общаются друг с другом и выглядят довольными и чувствующими себя комфортно?
- Вы можете поговорить с проживающими там людьми о том, нравится ли им учреждение и работающий в нем персонал?
- Кажутся ли вам проживающие людьми, с которыми вам хотелось бы жить?
- Как далеко от учреждения живут ваши друзья и родственники?
- Учреждение расположено в шумном месте?
- Есть ли поблизости магазины, библиотека, парк или другие удобства, до которых можно дойти пешком?
- Как далеко от учреждения до любимых вами мест?

- Ходит ли рядом с учреждением рейсовый автобус?
- Есть ли открытая прилегающая территория, где можно сидеть, гулять или работать в саду?

○ Персонал

- Одеты ли работники соответствующим образом? Они привлекательны и дружелюбны?
- Относятся ли сотрудники к клиентам с уважением и ценят ли их чувство собственного достоинства?
- Относятся ли сотрудники друг к другу в соответствии с профессиональным этикетом?
- Кто будет предоставлять необходимый личный уход?
- Кто будет предоставлять услуги по уходу (сестринское обслуживание)?
- Может ли персонал удовлетворить имеющиеся потребности и потребности, которые могут возникнуть?
- На каких языках разговаривает большинство сотрудников?
- Существует ли чрезмерная текучесть кадров?
- Планируются ли персоналом какие-либо мероприятия, например, посещение парикмахера или регулярные игры в покер?
- В какой степени персонал может проявлять гибкость при разработке с вами плана ухода, необходимого для удовлетворения ваших потребностей?



Обстановка в помещениях

- Насколько удобна планировка здания?
- Учитывает ли конструкция дверных проемов, коридоров и комнат возможность использования инвалидных кресел-колясок или опорных средств для ходьбы?
- Есть ли перила, на которые можно опираться при ходьбе, а также перила ванных комнатах?
- Удобно ли расположены шкафы и полки?
- Имеются ли нескользкие полы и жесткие ковровые покрытия, которые бы облегчали ходьбу?
- В учреждении хорошее естественное и искусственное освещение?
- Соблюдается ли чистота, нет ли неприятных запахов? Учреждение хорошо отапливается и имеется система кондиционирования воздуха?
- Соответствует ли учреждение вашим представлением о чистоте?
- Нет ли в учреждении очевидных источников опасности?
- В комнатах чисто и безопасно, и они отвечают вашим потребностям?
- Сможете ли вы свободно пользоваться кухней?
 - комнатами отдыха?
 - туалетом и ванной?
 - столовой?
 - прилегающей территорией?
- Могут ли проживающие курить в своих комнатах или в общих местах?
- Какая мебель и принадлежности предоставляются?

- Есть ли стул, настольная лампа и верхнее освещение?
- Есть ли «сидячий душ»?
- Можете ли вы привезти кое-что из своей мебели или другие личные вещи?

○ Услуги и мероприятия

- Доступны ли при необходимости врачи, медсестры и услуги скорой помощи?
- Во всех ли помещениях учреждения имеется четкое описание действий, предпринимаемых в случае экстренной ситуации?
- Какова политика учреждения в отношении уровня предоставляемого ухода?
- Кто будет доставлять вас на приемы врачей?
- Может ли быть обеспечена транспортировка проживающих при уведомлении об этом за достаточно короткий срок до того, когда это необходимо?
- Как обеспечиваются необходимые специализированные услуги, такие как физиотерапия, трудотерапия или оздоровительная терапия?
- Какие развлечения доступны?
- Сможете ли вы посещать выбранные вами церковные службы?



- Получил ли каждый проживающий экземпляр правил учреждения и прав проживающих?
- Каковы правила в отношении посетителей и домашних животных?
- Все должны просыпаться и есть в одно и то же время, или в учреждении гибкий режим?
- Есть ли регулярные мероприятия, которые вам бы понравились?

○ Питание

- Нравится ли вам пища? Она питательна, ее достаточно и она привлекательно подается?
- Есть ли легкие закуски?
- Отведено ли определенное время для приема пищи или же вы можете есть на протяжении всего дня или вечера?
- Соответствует ли учреждение вашим диетическим или культурным предпочтениям в отношении еды? Могут ли проживающие заказывать специальные блюда?



Когда решение принято

Планирование и сбор информации не прекращается с принятием решения о переезде в семейный дом для престарелых и инвалидов или пансионат. Переезд - это большая перемена в жизни. Чтобы облегчить прохождение через это, воспользуйтесь некоторыми такими же шагами, которые описаны в первой части брошюры:

1. Обсудите перемены, которые должны произойти;
2. Обращайтесь за помощью к сотрудникам вашего нового места жительства с любыми вопросами, которые у вас могут возникнуть;
3. Найдите необходимую вам дополнительную информацию;
4. Составьте план действий.

Переезд в семейный дом для престарелых и инвалидов или пансионат может означать, что вам придется отказаться от привычных вещей и забыть привычный образ жизни. Некоторые люди чувствуют облегчение, и они ждут сокращения числа обязанностей, тогда как другие воспринимают это событие эмоционально и чрезвычайно восприимчивы к нему. В обоих случаях человек, совершающий переезд, нуждается в полной поддержке семьи и близких людей, и его мнение должно быть главным, когда решаются вопросы о том, что и когда делать.

После переезда начинается обычный период адаптации. Несколько первых недель могут быть самыми трудными по мере того, как вы будете привыкать к обычному порядку и знакомиться с определенными вещами. Важно, чтобы вы говорили о любых проблемах или задавали вопросы работникам семейного дома для престарелых и инвалидов или пансионата. Всегда спрашивайте о том, что вам нужно. Сотрудники, возможно, смогут что-либо изменить, чтобы обеспечить более полное удовлетворение ваших потребностей.

Кроме того, как проживающий в семейном доме для престарелых и инвалидов или пансионате, вы имеете определенные потребительские права, гарантированные законом. Владелец или сотрудники вашего нового места жительства должны проинформировать вас об этих правах. Если они этого не сделают, попросите об этом.

Окончательные размышления

Большие жизненные перемены требуют обдуманного планирования. Следуя шести шагам, описанным в этой брошюре, вы получите необходимую информацию и будете готовы сделать правильный выбор о долгосрочном уходе для себя или близкого вам человека.

Кроме того, многие семьи просто не знают о многих услугах, которые могут помочь их родным остаться дома. Чтобы получить дополнительную информацию об этих альтернативах и услугах, вы можете ознакомиться с брошюрой «Услуги программы *Medicaid* и услуги по долгосрочному уходу для совершеннолетних лиц», предлагаемой Департаментом социального обеспечения и здравоохранения (номер публикации DSHS 22-619(X)). На стр. 17 приведена информация о том, как сделать заказ.

Политика Департамента социального обеспечения и здравоохранения (DSHS) такова: люди не должны подвергаться дискриминации из-за расовой принадлежности, цвета кожи, национального происхождения, убеждений, вероисповедания, пола, возраста или инвалидности.

Заказ публикаций

Вы можете заказать данную брошюру и другие публикации департамента DSHS через универсальный магазин Отдела печати (Department of Printing, DOP).

Посетите веб-сайт отдела DOP по адресу:

www.prt.wa.gov



Заказать публикации можно также:

- по электронной почте, написав по адресу fulfillment@prt.wa.gov
- по телефону (360) 570-5024;
- по факсу (360) 586-8831.

В случае заказа по электронной почте, телефону или факсу обязательно укажите название публикации, номер публикации (DSHS 22-xxx), а также имя и почтовый адрес лица, с которым следует связаться.

Чтобы получить дополнительную информацию об ...

уходе и долгосрочном уходе, посетите веб-сайт:

www.adsa.dshs.wa.gov

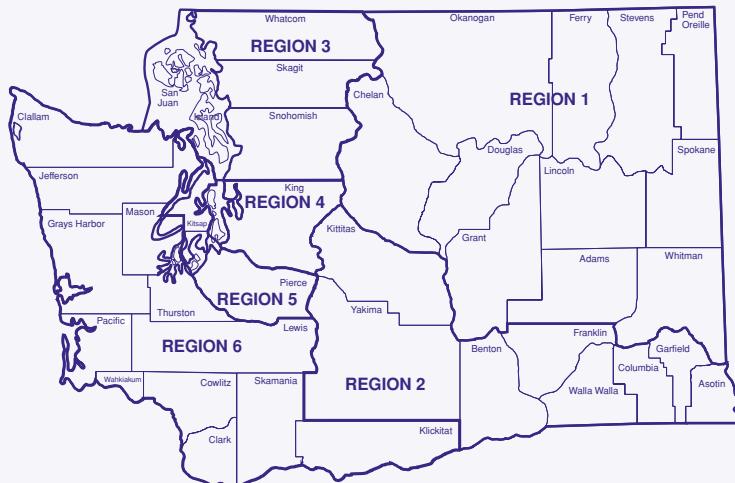


Чтобы получить:

- бесплатные брошюры и буклеты по уходу и долгосрочному уходу;
- информацию о Программе поддержки членов семьи, осуществляющих уход (Family Caregiver Support Program);
- номера телефонов и адреса местных отделов, работающих с пожилыми лицами;
- список семейных домов для взрослых, пансионатов или домов престарелых по округам.

Районные номера телефонов отдела обслуживания на дому и по месту жительства

Найдите на карте район, в котором вы живете. Позвоните по телефону, указанному для вашего района, и попросите предоставить вам информацию о ближайшем к вам местном отделе HCS.



Район 1 1-800-459-0421

Spokane, Grant, Okanogan, Adams, Chelan, Douglas, Lincoln, Ferry, Stevens, Whitman, and Pend Oreille Counties

Район 2 1-800-822-2097

Yakima, Kittitas, Benton, Franklin, Walla Walla, Columbia, Garfield, and Asotin Counties

Район 3 1-866-608-0836

Snohomish, Skagit, Island, San Juan, and Whatcom Counties

Район 4 1-800-346-9257

King County

Район 5

Pierce County 1-800-442-5129
Kitsap County 1-800-422-7114

Район 6 1-800-462-4957

Thurston, Mason, Lewis, Clallam, Jefferson, Grays Harbor, Pacific, Wahkiakum, Cowlitz, Skamania, Klickitat, and Clark Counties

Эту брошюру и много другой информации вы можете найти на веб-сайте Администрации по обслуживанию пожилых и нетрудоспособных лиц по адресу:
www.adsa.dshs.wa.gov

Aging &
Disability *Services*

Aging and Adult Services Administration



Washington State
Department of Social
& Health Services